デイケアひまわり

2018年10月デイケア新聞

<CONTENTS>
・ひまわりイベント情報

<発行元>
大宮すずのきクリニック
デイケアひまわり

さいたま市北区東大成町2-251
☎090-5803-9793

ブログ:http://www.omiya-suzunoki.net/blog/
ブログQRコード⇒

☆新聞について☆
3ヶ月間参加が無い方は利用方法の見直しが必要となります。
2018年7月より郵送ではなく原則、手渡しでの受け取りとなっております。（デイケア内でのアンケートの結果）

10月のプログラム

★ラジオ体操…毎日9:30～／14:40～　　★毎月15日…今月お誕生日の方にバースデーカードを差し上げています！

	月	火	水	木		金		土
	1	2	3	4		5		6
AM	アロマセラピー 10:30～11:15 (フロア)	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	みんなでアート 10:30～11:30 (第2フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート① 10:15～11:30 (第2フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	デイケアミーティング 13:30～ (フロア)	茶話会 13:30～14:15 (フロア)	ウォーキング 13:00～ (第3公園)	ひまわり農園 12:45～	健活サークル① 13:00～13:30 (第2フロア)	勉強会① 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア	ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	8	9	10	11		12		13
AM	体育の日	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	みんなでアート 10:30～11:30 (第2フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート② ハロウィンかざり作り 10:15～11:30 (第2フロア)
PM		SST① 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	茶話会 13:30～14:15 (フロア)	ウォーキング 13:00～ (三橋総合公園)		健活サークル② 13:00～13:30 (第2フロア)	勉強会② 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア	ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	15	16	17	18		19		20
AM	アロマセラピー 10:30～11:15 (フロア)	フラワー ～ハロウィンリース～ 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	みんなでアート 10:30～11:30 (第2フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート③ 10:15～11:30 (第2フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST② 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	バドミントン (体育館) 13:00 (フロア集合)	卓球 13:30～ (フロア)	ひまわり農園 12:45～	健活サークル③ 13:00～13:30 (第2フロア)	勉強会③ 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア	ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	22	23	24	25		26		27
AM	カラオケ 9:30～ (第2フロア)	みんなでアート 10:30～	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	☆BBQ大会☆ 詳細はポスター参照	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート④ 10:15～11:30 (第2フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)		SST③ 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	楽しみ食 ～芋ようかん～ 12:45～14:30 (フロア)		健活サークル④ 13:00～13:30 (第2フロア)	勉強会④ 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア	習字 13:00～14:30 (フロア)
	29	30	31					
AM	アロマセラピー ～クラフト～ 10:30～11:15 (フロア)	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)					
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST④ 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	ハロウィン茶話会 13:30～14:15 (フロア)					

≪備考≫
・各種イベントやプログラムの詳細は新聞内容、ポスターをご確認ください。
・体育館スポーツ…体育館シューズをご持参ください。
・フラワー…事前予約者のみ、当日グリーンの花材を配布致します。ホワイトボードの予約表にお名前をご記入ください。
・院外活動…お弁当が出る際は持ち運び用の袋のご持参をお願いしております。

持ち物	各プログラムテーマ				
	<アート>	<勉強会>		<SST(集団)>	<健活サークル>
<フラワー> 花を持ち帰る袋 <ソフトバレー/バドミントン> 体育館シューズ	①イメージ画 ②ハロウィン飾り作り (フラワー運動企画) ③塗り絵 ④コラージュ	【ルーキー】 ①～④ スケジュール管理に挑戦！	【エキスパート】 ①～④ マナーを磨こう！	①他人のいう事に耳を傾ける ②③不愉快な気持ちを伝えて断る ④まとめ	①ウォーキング ②膝と腰の負担を減らそう ③ウォーキング ④楽しい曲に合わせて脂肪燃焼

表の見方	緑:運動プログラム	黄:創作プログラム	オレンジ:交流活動	ピンク:勉強プログラム	白:その他